

"yOUng freestyle contest"

jeux freestyle tous niveaux

1° PRESENTATION

Le but de cette "compétition" étant de sensibiliser et d'amener les freestyle au B4, elle est donc ouverte à tout le monde et en particulier aux débutants.

Les minima pour participer à ces jeux sont:

- être titulaire du brevet B2
- tenir tête en haut (chute assis)
- prendre connaissance des règles élémentaires de sécurité en freestyle (en chute, matériel...)

Les jeux se dérouleront en 4 manches. 2 catégories seront proposées: novice et confirmé (B4 ou proche)

Les sauts se feront en équipe de 2 mais le classement sera individuel !!

Un tirage au sort sera effectué pour chaque saut pour désigner la composition des équipes.

Chaque compétiteur marque individuellement les points réalisés au cours du saut.

A l'issue des 4 manches, un classement individuel sera effectué.

Ces jeux se veulent ludique et surtout " à la cool ", chaque saut étant fait avec une personne différente, les résultats seront forcément aléatoire.

Le but étant de faire profiter de l'expérience des plus confirmés aux novices, ce sont des jeux avant d'être une "compétition" !!!

2° REGLEMENT

Novice:

Saut 1: POINTS

- Toucher ou grip tête en haut (mains ou pieds)
- Etoile à plat (mains à mains)
- Escalier tête en haut (face à face un performer viens poser ses pieds sur les cuisses du co-équipiers)

Saut 2: BLOC

- 2 performers tête en haut chacun fait un tour et retour à niveau
- 2 " " " " " " un tonneau et retour à niveau
- Curve tête en haut (les 2 performers font un tour autour de l'autre, à niveau si possible et retour à la position de départ)
- Séparation (avec passage dos et dérive, pénalité en cas de passage à plat directement)

Saut 3: POINTS

- Grip dos-plat (1 performer sur le dos, l'autre à plat faire un grip au choix)
- Toucher ou grip tête en haut
- Etoile (à plat)

Saut 4: DERIVE

- 2 performers face sol
- 1 toucher
- 1 performer réalise un tonneau puis un toucher pour valider
- l'autre performer réalise le même exercice
- Séparation

Confirmé:

Saut 1: POINTS

- Chain (2 performers tête en haut et grip main cote à cote)
- Totem (" " face à face, contact pieds sur les épaules)
- ou Escalier
- Grip dos-plat

Saut 2: BLOC

- Grip tête en haut main à main contrôlé
- Curve tête en haut-tête en bas
- 2 demi Eagle (arrêt complet entre les 2 demis pour valider)
- Séparation correcte

Saut 3: POINTS

- Double grip tête en bas (en sortie uniquement, après possibilité simple grip)
- Etoile
- 69

Saut 4: DERIVE

- 2 performers face sol
- 1 grip
- 1 tonneau l'un après l'autre avec grip pour valider entre chaque
- Séparation

Les sauts 1 et 3 sont des sauts de points, c-à-d que les performers réaliseront le programme autant de fois que possible dans un délai de 40 secondes.

Le saut 2 est un saut de bloc, c-à-d que chaque exercice doit être effectué une seule fois mais de manière propre et contrôlé dans un délai de 40 secondes.

Le saut 4 est un exercice de dérive suivant le même principe que le saut de bloc. Réaliser l'exercice une seule fois mais propre et contrôlé. Délai 45 secondes.

3 JUGEMENT

Le jugement est à la charge de l'organisateur, il pourra toute fois faire appel à un initiateur local compétent.

Un système de point récompensera les performers en fonction du nombre de points mais aussi du souci de conserver le niveau et l'axe !!! Entraînez vous ce n'est déjà pas simple de voler à niveau !

Le jugement, en fonction du niveau de chacun, se voudra clément et encourageant, il ne faut pas perdre d'esprit que ce sont des jeux entre freeflyers et non une "compétition", pour les amateurs de jugement impartiaux des compétitions sont déjà organisées par la ffp. La ce sera à la cool ! mais par contre intransigeant sur la notion de sécurité, en chute et sous voile.

N'hésitez pas à vous inscrire, il n'y a rien d'exceptionnel dans le programme. On vous aidera et conseillera.